

ELSA SIGMUNDSDÓTTIR ráðgjafi VIRK á Akureyri

# MESTA GLEÐIN AÐ SJÁ FRAMFARIR



ELSA SIGMUNDSDÓTTIR  
ER RÁÐGJAFI Á AKUREYRI  
FYRIR STÉTTARFÉLÖG  
Á AKUREYRI OG EYJA-  
FJARÐARSVÆÐINU -  
STAÐSETT HJÁ EININGU-  
IÐJU AÐ SKIPAGÖTU 14,  
Í SVOKÖLLUÐU  
ALPÝÐUHÚSI.

**É**g sinni einnig ráðgjafapjónustu fyrir landsfélögin, svo sem fyrir Kennarasamband Íslands og Bandalag háskólamanna, BHM. Ég er lærður nuddari frá Nuddskóla Íslands og einnig hef ég tekið grunnpróf frá Tónlistarskóla Eyjafjarðar þótt síðarnefnda prófið noti ég lítið í ráðgjafastarfinu. Ég lét vera að taka áriur fyrir fólkíð sem leitar til mín sem ráðgjafa VIRK,“ segir Elsa og hlær.

#### **Ertu frá Akureyri?**

„Ég er Eyfirðingur, fædd og uppalin á Vatnsenda í Eyjafirði, næstýngst fimm alsystkina. Ég er því vel kunnug svæðinu hér á Akureyri og nágrenni, fór hér víða um slóðir þegar VIRK hóf starfsemi. Ég tók þátt í tilraunaverkefni haustið 2008 fyrir VIRK sem þá var nýlega stofnað í samstarfi stéttarféлага, atvinnurekenda, lífeyrissjóða og síðar ríkisins.“

#### **Í hverju fólst þetta tilraunaverkefni?**

„Ég fór víða um sveitir, meðal annars til Siglufjarðar, Ólafsfjarðar og Dalvíkur til að kynna mér aðstæður þar, hverjir væru möguleikar á úrræðum, svo sem sjúkraþjálfun og

sálfræðiþjónustu sem og lækniþjónustu. VIRK gerði í framhaldi af þessu samninga við sjúkráþjálfara sem störfuðu á svæðinu og einnig líkamsræktarstöðvar. Ekki var um neina sálfræðiþjónustu að ræða á þeim tíma í fyrrnefndum bæjum. Slík þjónusta var svo starfrækt um tíma síðar en er ekki fyrir hendi nú. Við nýtum fjarviðtöl sálfræðinga á höfuðborgarsvæðinu við einstaklinga í starfsendurhæfingu, þeir sem þurfa slíka þjónustu núna koma til Akureyrar. Við erum reyndar með verkefni á Siglufirði þar sem Starfsendurhæfing Norðurlands kemur vikulega til uppbyggingar á einstaklingum þar sem eru í starfsendurhæfingu hjá VIRK.“

### **Er margt fólk sem leitar eftir þjónustu VIRK á Eyjafjarðarsvæðinu?**

„Eyjafjarðarsvæðið nær vestur frá Siglufirði austur til Grenivíkur nánar til tekið, inn í Eyjafjarðardal og allt út í Grímsey. Þetta er svæðið sem ég og þrír aðrir ráðgjafar hjá VIRK erum að veita þjónustu. Hver ráðgjafi hér er með um það bil fimmtíu manns í þjónustu. Það er ekki langur biðlisti hjá okkur núna en stundum hefur svo verið.“

### **Hefur orðið aukning á aðsókn í þjónustu VIRK síðustu árin hjá ykkur?**

„Síðasta árið hefur beiðnum til VIRK á þessu svæði ekki fjölgað. Áður sá ég um að skrá fólk á Eyjafjarðarsvæðinu í þjónustuna en nú er tekið við öllum beiðnum í höfuðstöðvum VIRK að Guðrúnartúni 1 í Reykjavík. Við erum samt að fá til okkar jafn margt fólk og undanfarin ár.“

## **Streita, kvíði og stoðkerfisvandi algengust**

### **Hvað er það helst sem á bjátar hjá ykkar þjónustuþegum?**

„Gríðarlega mikið er um að fólk leiti til okkar vegna streitu, kvíða og áfalla. Þetta er stærsti hópurinn en auðvitað kemur til okkar líka fólk sem hefur orðið fyrir slysi og margir stríða við stoðkerfisvanda. Því miður bíður fólk stundum of lengi með að leita aðstoðar til dæmis vegna stoðkerfisvanda og er þar af leiðandi verr á sig komið þegar það loks leitar eftir þjónustu. Við viljum fá fólk til okkar áður en það er orðið of veikt.“

### **Hvaða úrræði eru mest notuð á ykkar svæði?**

„Sálfræðiþjónusta er mjög mikið notuð. Flestir sem til okkar leita þurfa á henni að halda, hún er mjög mikilvæg fyrir fólk. Við erum svo heppin hér að Sálfræðiþjónusta Norðurlands hefur verið og er að bjóða

” VIRK hefur þróast svo og stækkað á þessum tólf árum sem liðin eru frá upphafi starfseminnar að með ólíkindum er. Það hefur verið mjög gaman að fá tækifæri til að taka þátt í þeirri framþróun sem VIRK er nú í íslensku samfélagi.“

upp á streitustjórnunarnámskeið. Þeir sem hafa sótt þessi námskeið hafa verið ánægðir og telja sig fá þar tæki til að fást við það sem upp á kemur í lífi og starfi og er streituvaldandi. Einnig erum við með bæði slökunar- og núvitundarnámskeið og jóga. Þau námskeið gagnast vel þeim sem eru að kljást við streitu.

Við höfum hér líka frábært úrræði sem er Starfsendurhæfing Norðurlands. Þangað beinum við fólk sem glímur við fjölbættan vanda og þarf langan tíma í starfsendurhæfingu. Við hjá VIRK vorum núna að ráða atvinnulífstengil á Eyjafjarðarsvæðið frá 1. mars. Þetta úrræði er hugsað fyrir þá sem eru komnir lengra í starfsendurhæfingunni og eru farnir að horfa til þess að komast út á vinnumarkaðinn.“

## **Fólk bjartsýnt í starfsendurhæfingu**

### **Hvernig eru atvinnuhorfor á þessu svæði núna?**

„Atvinnuönguleikar hér eru færri en áður. Ég sá í skrá hjá Vinnuálastofnun að fleiri eru skráðir atvinnulausir á Eyjafjarðarsvæðinu núna en í desember. Við höfum á tilfinningunni að erfiðara sé að fá vinnu á svæðinu núna en til dæmis fyrir ári síðan. Samt er fólk sem er hér í þjónustu VIRK bjartsýnt þegar það er komið á þann stað í starfsendurhæfingunni að leita fyrir sér með vinnu.“

### **Er starfsemin hjá ykkur á Eyjafjarðarsvæðinu öðruvísi en gerist á höfuðborgarsvæðinu?**

„Veikindi fólks sem nýtir sér þjónustu VIRK eru í höfuðatriðum svipuð milli landsvæða.

En starfsemin okkar sem slík er að mörgu leyti frábrugðin, sérstaklega að því leyti að við erum í meiri tengslum við þjónustuaðilana hér en gerist á Stór-Reykjavíkarsvæðinu. Ég held að það sem er að fólki sem kemur í þjónustu hjá VIRK hér sé svipað og gerist fyrir sunnan.“

### **Hvað með lækniþjónustu?**

„Ef einstaklingur þarf að fara í lækni-fræðilegt mat kemur lækni að sunnan og tekur það mat. En það væri mjög ákjósanlegt að fá lækni hingað sem sæi um að meta einstaklinga. Sálfræðilegt mat á fólki sem þarf á slíku að halda fer fram hér á Akureyri hjá sálfræðingi sem starfar hér nyrðra. Við hjá VIRK erum líka í mjög góðum tengslum við félagslegu þjónustuna hér og geðþjónustuna. Haldnir eru reglulegir fundir þar sem málefni sem snerta starfsendurhæfingu eru rædd.“

## **Gríðarlegar breytingar hjá VIRK frá 2008**

### **Hver er óskastaðan hjá þér varðandi starf þitt sem ráðgjafi?**

„Mesta gleðin er að sjá fólk taka framförum og finna neistann. Óskastaðan hjá mér sem ráðgjafa væri náttúrulega sú að það væri hvergi bið eftir þjónustu. Núna er stundum bið eftir tímum hjá ráðgjöfum og þjónustuaðilum. Slík bið er oft erfið fyrir einstaklinga sem eru að taka fyrstu skrefin í átt að bata. Ferlið í sambandi við að komast í þjónustu hjá VIRK getur verið nokkuð langt og flókið. Þá er ég að tala um tímabilið frá því að fólk dettur út af vinnumarkaði vegna veikinda og þar til það kemst inn í þjónustuna. Sumir þurfa og að sækja um endurhæfingarlífeyri. Bið eftir slíkri lausn getur valdið fólki kvíða. Sé fólk orðið tekjulaust segir sig sjálft að það veldur áhyggjum og jafnvel kvíða.“

### **Hvað viltu segja að öðru leyti um starfsemina hjá VIRK?**

„Gríðarlega margt hefur breyst frá því að ég kom til starfa hjá VIRK árið 2008. Fyrstu beiðnirnar sem ég sendi til úrræðaaðila handskrifaði ég. Það er ekki fyrr en árið 2009 sem tölvukerfið kom í notkun. Vorið 2018 kom svo nýtt tölvukerfi í gagnið. VIRK hefur þróast svo og stækkað á þessum tólf árum sem liðin eru frá upphafi starfseminnar að með ólíkindum er. Það hefur verið mjög gaman að fá tækifæri til að taka þátt í þeirri framþróun sem VIRK er nú í íslensku samfélagi.“

Texti: Guðrún Guðlaugsdóttir